zen
centrum
amsterdam

zensor...

Zensor 45 zomer 2009

Zenkloosters



losse
verkoop
3 euro



Redactioneel

Niko benadrukt het regelmatig: Kanzeon Zencentrum is een lekensangha. In de maalstroom van ons werkzame en sociale leven proberen we de weg naar verlichting te belichamen. Voor die keuze is veel te zeggen, want moeten we de zenweg tenslotte niet realiseren in ons 'echte' leven in plaats van binnen de kunstmatige omgeving van een klooster?

Toch vroeg de redactie zich af of het klooster niet stiekem een grote aantrekkingskracht heeft. Bij hoeveel zenstudenten zou het knagen? Het verlangen naar rust, sereniteit en toewijding. Een leven dat van 's ochtends vroeg tot 's avonds laat is ingericht op beoefening. En de hoop dat zo'n intensieve beoefening meer vruchten afwerpt dan ons wekelijkse geploeter aan de Binnenkant.

En inderdaad, sommige sanghaleden hebben goede ervaringen met het klooster. Marijke Vulinks verblijf in twee Japanse kloosters 'smaakte naar meer'. Ellen Neve koestert het beeld van het klooster als 'een zuiverende stilte waar je je verlangen kunt horen'. En dan zijn daar onze medestudenten Leo de Wolf en Corrie Koppedraijer die hun eigen zendo in de Spaanse Pyreneeën zijn begonnen. Ver van de bewoonde wereld in de betoverende stilte van de natuur leven zij 'in het licht van het 'hogere''.

Maar nee, Corrie is de eerste om te stellen dat de vorm niet essentieel is, want 'ook het kloosterleven is maar een concept'. Marijke concludeert op haar beurt dat het leven méér omvat dan in stilte mediteren. En Niko zelf laat er geen twijfel over bestaan: 'Ook in het klooster moet je het in jezelf blijven zoeken.'

Op verzoek van de redactie dook Annemiek Deerenberg in het werk van Janwillem van de Wetering die zijn hele leven klooster in klooster uit ging. Hij zag het klooster als 'een poort voor oprechte zoekers naar wijsheid', maar, zo schrijft Annemiek, wellicht is er toch 'meer zen te halen uit zijn politieromans'.

De redactie



De illusie van diepgang

Is het klooster de beste plaats om je aan je zentraining te wijden? Niko denkt van niet. 'Het klooster kan een goed hulpmiddel zijn, maar de kwaliteit van je geestelijk pad wordt niet bepaald door de omgeving.'

Door **Jacqueline Oskamp**

Niko bracht bijna twintig jaar van zijn leven in een klooster door. In een katholiek klooster wel te verstaan. Afkomstig uit een arbeidersmilieu en voorbestemd om naar de ambachtsschool te gaan, vroeg hij twaalf jaar oud aan zijn ouders of hij naar het klein seminarie mocht. Hij was op het idee gekomen doordat de congregaties op lagere scholen kinderen probeerden te werven. Bovendien hadden ze fondsen voor ouders die een dergelijke opleiding niet konden betalen, zoals de ouders van Niko.

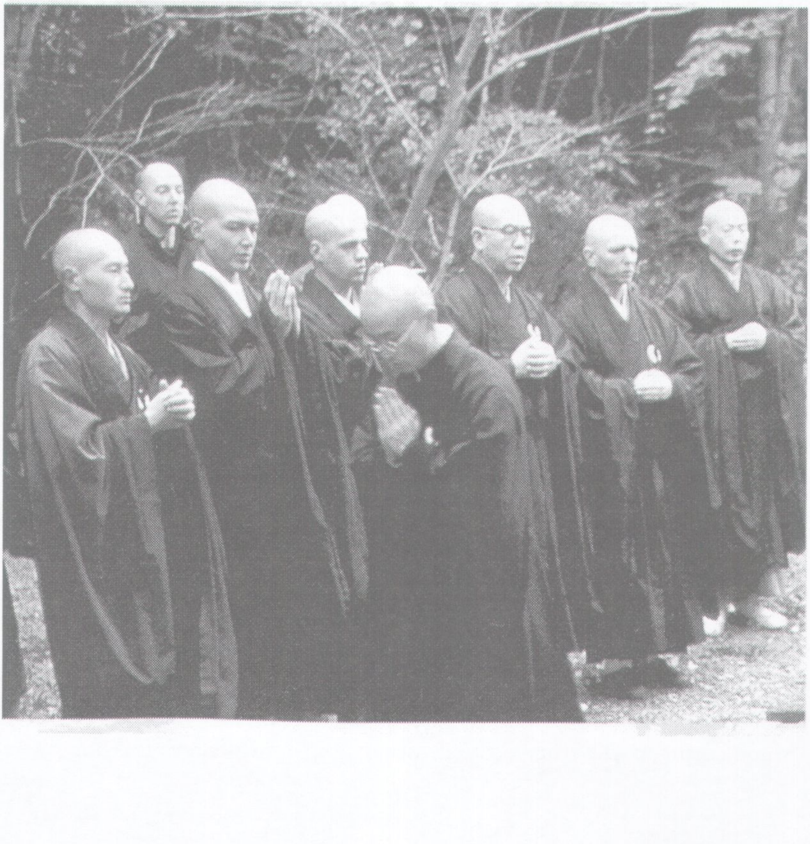
'Eigenlijk is het klein seminarie een soort internaat', vertelt Niko. 'Je leefde geïsoleerd van de wereld, er heerste een strenge discipline en er werd verwacht dat je helemaal geloofde in dat religieuze ideaal. Je werd als een volwassene aangesproken en we leidden het leven van een kloosterling. Dus eigenlijk heb ik geen jeugd gehad, maar mij heeft het een brede vorming – intellectueel en religieus – gebracht. Er was veel aandacht voor cultuur. Ik ben dwarsfluit gaan spelen, we deden aan toneel en er waren poëzieavonden. Ik had uitstekende leraren en aan hen heb ik een rijke basis te danken.'
Het klein seminarie betekende in de praktijk de opleiding Gymnasium A. Daarna volgde twee jaar noviciaat: een strenge, besloten voorbereiding op het kloosterleven. En tenslotte het Grootseminarie oftewel een studie theologie, die Niko op den duur in Nijmegen bij professor Schillebeeckx volgde. Rond zijn dertigste besloot Niko het klooster te verlaten en zijn studie op te geven. Dat had te maken met de veranderingen binnen de kerk als gevolg van het Tweede Vaticaans Concilie. Maar ook het celibaat speelde een rol. 'Van kinds af aan was je gewend dat je dat er voor over moest hebben. Onthouding was vrij gewoon. Maar een leven lang celibaat leek me toch wel erg lang. In Nijmegen begon ik het celibaat steeds meer als een hindernis te ervaren. Waarschijnlijk is sex voor iedereen een beladen onderwerp, maar als je op die leeftijd celibatair leeft wordt het regelrecht een obsessie.'

Na zijn vertrek uit het klooster liep Niko een tijdje met de ziel onder de arm. Via via kwam hij bij graaf Dürckheim terecht die hem de eerste beginselen van meditatie bijbracht. 'Hij zei: 'Ga maar op dat kussen zitten'. Dat ben ik thuis ook gaan doen en had toen opeens het grote inzicht dat je voor een religieus leven helemaal niet naar een klooster hoeft. Het kloosterleven werd volstrekt gerelativeerd. Het protestantisme, jodendom en de islam kennen geen kloosters, maar het boeddhisme en katholicisme wel. Daar geldt dat het ware religieuze leven zich in een klooster afspeelt. Leken mogen wel meedoen, maar eigenlijk stelt dat niets voor. Dankzij Dürckheim ben ik erachter gekomen dat dat niet waar is.'
'Twintig jaar kloosterleven had tot gevolg dat ik niet meer in een groep wilde leven. Met Genpo Roshi is daar later het nodige over te doen geweest, maar ik had het helemaal gehad. Ik heb misschien wel tien jaar lang een sterk vrijheidsgevoel ervaren. Dat ik ergens weg kon gaan en zomaar op een terrasje een pilsje kon gaan drinken. Die vrijheid had ik tot aan mijn dertigste niet gekend.'

Is er een fundamenteel verschil tussen een katholiek en boeddhistisch klooster?

'Beslist. In het zencentrum in Salt Lake City is de wereld veel meer binnengedrongen dan toen ik in het katholieke klooster zat. Daar sijpelde die langzamerhand ook binnen via de tv, maar aanvankelijk mochten we alleen kijken als de paus op tv was. Of met de bruiloft van prinses Irene, want het feit dat ze herdoopt was, werd beschouwd als een overwinning voor de katholieken. In Salt Lake zijn maar een paar mensen die fulltime intern wonen, de rest moet naar buiten om zijn geld te verdienen. En er zijn relaties binnen zo'n gemeenschap.

Overigens zijn kloosters voor leken vaak gastvrije plaatsen, waar beoefenaars niet alleen onbekommerd sesshins kunnen doen, maar ook voor twee, drie weken of langer kunnen verblijven om – even weg van huis – tijd aan hun zenbeoefening te besteden. Ik weet dat Tenkei Roshi en de vaste bewoners van Zen River dat als een belangrijke taak zien.'



Als een student het klooster in wil, wat zeg je dan?

''Voel je vrij'. Maar ik zeg er ook bij dat het van mij niet hoeft. Het klooster is natuurlijk een heel geschikte omgeving om je te herinneren aan je zentraining. Van de vroege ochtend tot de late avond staat alles in het teken daarvan. De totale toewijding. Terwijl je als zenboeddhist in de wereld voor jezelf steeds moet bevestigen waar je mee bezig bent.'

'Toch is het een denkfout om te menen dat zo'n kloostersetting beter is of dieper gaat. Het kan een heel goed hulpmiddel zijn om de zenweg te gaan, maar de diepgang van je geestelijk pad wordt niet bepaald door de omgeving. Ook in kloosters kom je alle karakters tegen: de-kantjes-ervan-af-lopers, uitslovers, dromers, ellebogenwerkers, jaloerse mensen. Bovendien kom je dezelfde problemen tegen als in de wereld: de concurrentie wie het verste is, wie het dichtst bij de leraar zit, wie het vriendje van de leraar is...'

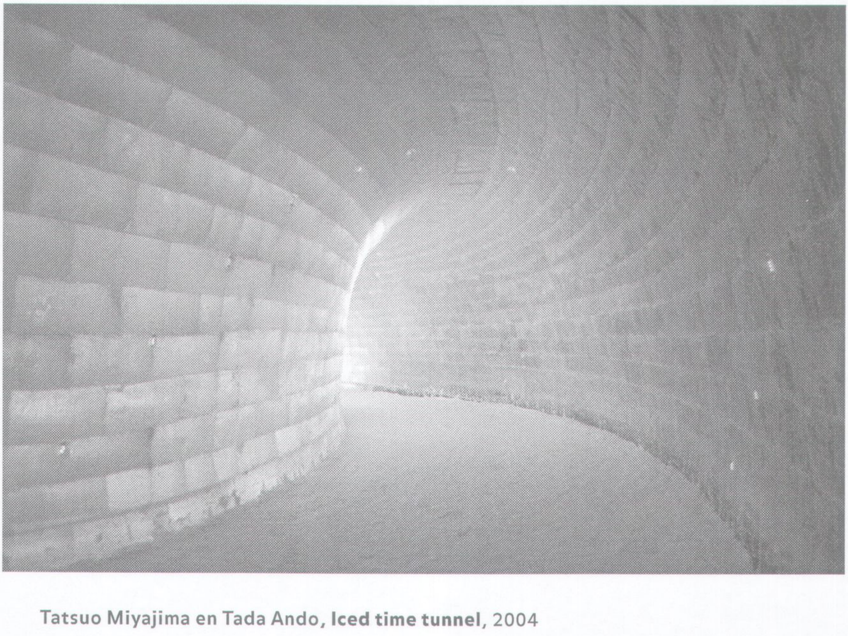
Wellicht is de concentratie groter?

'Zelfs dat niet. Concentratie waarop? Het is een andere weg, maar niet waardevoller dan de weg binnen je gezin. Het moeilijke van het klooster is dat je het idee moet loslaten dat je iets heel bijzonders aan het doen bent. Je hebt alles achter je gelaten en daar wil je erkenning voor. Maar ook in het klooster moet je het in jezelf blijven zoeken. Er zijn voordelen: je voelt je meer gedragen, terwijl je in de wereld een eenzame positie inneemt. In het klooster ruikt alles religieus, terwijl in de wereld alles profaan is, banaal, gericht tegen je spirituele ontwikkeling. Toch zijn dat heel goede punten om te overwinnen. Dat je in een werkomgeving zit waar niemand er enige boodschap aan heeft dat jij het zenpad volgt. Terecht!'

Is het klooster dan eigenlijk de weg van de minste weerstand?

'Nee, je moet er veel voor over hebben, zoals de discipline en de acceptatie dat je 'niets' bent. Ik heb een groot respect voor hen die hiervoor kiezen. Maar het klooster is niet de essentie. De essentie ligt in het feit dat jij het pad gaat. Waar je dat doet, maakt niet uit.'





Tatsuo Miyajima en Tada Ando, **Iced time tunnel**, 2004

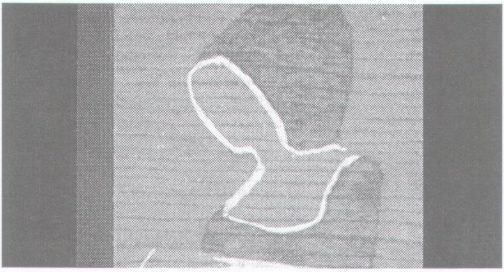
Zuiverende stilte

Ellen Neve koestert sinds lange tijd een (geheim) verlangen naar het klooster. Het is een verlangen dat telkens weer opduikt zonder dat ze goed begrijpt waarom. Tijd voor een onderzoek.

Door **Ellen Neve**

Ik kom uit een gezin waarin elke vorm van geloof als vloeken in de kerk was. Niets maar dan ook niets wat met spiritualiteit en religie had te maken kreeg ruimte. Dat was jammer want ik was een gevoelig en spiritueel kind. Heimelijk was ik jaloers op de buurkinderen. Zij gingen naar een kerk op zondag.
Ze kregen hun mooiste kleren aan en gingen gezamelijk naar een bijeenkomst en na afloop hadden ze het erover. Zij hadden duidelijke regels waar ze zich aan moesten houden en konden ook nog vertellen waarom. Het stond in een mooi dik boek genaamd De Bijbel. Wij hadden geen Bijbel. Bij ons waren regels gewoon 'daarom'. Toen ik een jaar of negen was ging het buurmeisje naar een soort Crea-clubje van de kerk.
Eindeloos heb ik gezeurd en ja hoor, ik mocht ook.
Helemaal gelukkig ging ik daar naar toe. Mysterieus hing daar dat kruisbeeld, en ook de verhalen over Jezus waren mooi. We gingen een palmpasentak maken, met zo'n broodhaantje er bovenop. Trots liet ik het aan mijn ouders zien. Vragen ging ik stellen: wie was Jezus, en waarom hing hij daar zo verdrietig, wat is palmpasen...
Geen antwoord en ik werd er weer afgehaald. Toen ik vijftien jaar was ging ik de boeken van de filosoof Jean Paul Sartre lezen. Moeilijke kost maar soms gaf hij een antwoord op een vraag die bij me leefde. Ook de boeken over de Boeddha kwamen voorbij maar mijn geest was daar toen nog niet rijp voor. Er was een verlangen, een diep verlangen, maar geen woorden, en antwoorden vond ik ook niet. En zo werd ik ouder.

Maar steeds, op vakantie toch even die mooie kerk in, of dat kleine kapelletje bezoeken. Die stilte, die rust, het onbekende. Schoorvoetend gaf ik soms toe aan mijn verlangen om even alleen in een kerk te zijn. Eventjes een kaarsje aan te steken. Misschien zelfs wat bidden. Mijn partner, wel kerkelijk opgevoed,



was dan vol ongeloof. Hij wilde er niets meer mee te maken hebben, en met argwaan bezag hij mijn verlangen.

Dertig jaar was ik toen ik voor het eerst in een echt klooster kwam. Gewoon een open dag. En ondanks de drukte was daar toch weer de stilte. De nonnen die daar zachtjes in hun habijt liepen. Het leek me prima om elke dag hetzelfde aan te hebben, veel keuzes moeten maken valt dan weg. Net als iedereen dezelfde merkkleding.
Ook hetzelfde ritme, het gezamelijk in stilte eten, tijd om boeken te lezen die echt over iets gingen. Ik zag het helemaal voor me. Verdrietig werd ik omdat dit niet voor mij bestemd was. Wat kon een kloosterorde nu met een vrouw die niet van God weet? Nooit een bijbel had gelezen? Een leven had geleid dat verre van rein en zedig was?
Maar niet getreurd, een bijbel kan gelezen worden, een leven kan rein en zedig worden, en God kan gekend worden. Gesprekken ging ik aan met mensen die er wel verstand van hadden. Boeken ging ik lezen. *Een goed gesprek met God* van Neale Donald Walsh bijvoorbeeld. En zo gaf ik mijn verlangen onhandig vorm. Tegelijkertijd groeide mijn teleurstelling. Ik bleef maar worstelen met God de Vader. Ik wist het zeker, ik kon me nooit overgeven aan deze Vader. Ik kende Hem niet, hij mij niet. Het was niet mijn vorm en niet mijn taal.

Totdat ik met het boeddhisme in aanraking kwam. Mijn hart ging ervan open, hier was een taal die binnenkwam, rechtstreeks mijn hart in. Mijn eerste retraite zal ik nooit meer vergeten. Die stilte, dat ritme, de rituelen. Dit was waar dat kleine meisje van negen naar verlangde, het was een thuiskomen. Dat klooster, het is er niet van gekomen, mijn leven heeft een andere richting gekregen. Maar ik ben blij dat ze er zijn, het zijn mooie plekken om in die zuiverende stilte je verlangen te kunnen horen.



De smaak van lang en veel zitten

Een vrouwenklooster (rinzai), Japan
Marijke Vulink zit middenachter

**Wat heb je nodig om een klooster in te gaan? Tijd.
Raar eigenlijk want je zou eerder zeggen dat je tijd krijgt als je een klooster ingaat. Die moet echter kennelijk eerst ergens vandaan komen. Mijn sabbatical gaf me veel tijd en mediteren in een zenklooster was het eerste dat ik bedacht om met die tijd te gaan doen.**

Door **Marijke Vulink**

Zenklooster, bestaat dat eigenlijk wel ? Klooster roept bij mij de associatie op met het karmelitessenklooster, waar ik vroeger twee à drie keer in de week langs kwam. Je kon langs de hoge muur lopen en soms hoorde je het torenklokje luiden. Naar verluidt waren de karmelitessen een contemplatieve orde, wat betekende dat ze niet mochten praten en maar eens in de paar jaar bezoek

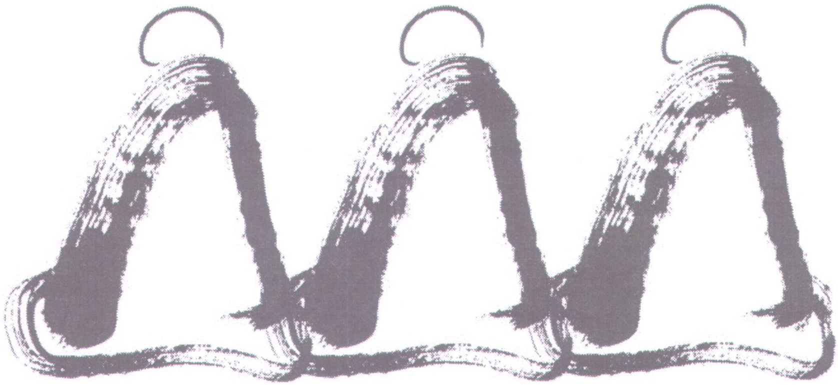
mochten ontvangen. Zo'n zenklooster bleek niet te bestaan in Japan, of beter gezegd, kon ik niet bezoeken – net als destijds het karmelitessenklooster overigens. Er bestaan wel zogenaamde trainingskloosters, maar daar worden nauwelijks of geen bezoekers toegelaten.

Voor een sesshin kon ik in Hossinji terecht, een klooster waarover ik gelezen had dat het er streng aan toe gaat. Het was echter het enige klooster dat positief reageerde op mijn verzoek om aan een sesshin mee te mogen doen. Het klooster zelf werd door tien monniken draaiende gehouden, de sesshin was toegankelijk voor niet-kloosterlingen. Onder 'streng' had ik ook nors of kwaad verstaan, en dat maakte dat ik behoorlijk zenuwachtig voor de poort stond. De monniken daar waren allesbehalve nors: ze legden heel vriendelijk de gang van zaken uit, met betrekking tot zowel eten en slapen als de rituelen, en ik kon zelfs kiezen of ik dat in het Engels of het Duits wilde horen. De vijf dagen daarna heb ik elf uur kale tijd op een dag gemediteerd in de novemberkou. Dat was zwaar, maar ook een ervaring die je met niets kunt vergelijken of op een andere wijze kunt opdoen. Ik proefde voor het eerst de ervaring van lang en veel zitten en, hoewel mijn benen zo zeer deden dat ik slechts één keer de 45 minuten zonder te bewegen vol heb kunnen houden, smaakte die ervaring naar meer.

Via een vrouw in het zencentrum in Los Angeles kreeg ik het adres van een vrouwenklooster in Japan, een rinzaiklooster. Vrouwen worden daar opgeleid om een tempel te kunnen beheren en gasten te ontvangen. Dat houdt in dat ze onder andere Japanse poëzie-les krijgen en leren hoe ze een theeceremonie volgens de etiquette moeten uitvoeren. Ik had geen moeite om toestemming te krijgen om daar te komen, wel om er mijn draai te vinden. In dit klooster werd namelijk niets uitgelegd en niet gesproken behalve tijdens de middagthee. Door goed op te letten moest je erachter zien te komen wat er van je verwacht werd en als je je niet volgens het protocol gedroeg of niet aan alles wilde deelnemen (wat moest ik bij een les Japanse poëzie?) kreeg je een uitbrander. Ik voelde me daar erg ongelukkig, al realiseerde ik me dat dit een Japanse manier van leren is en dat het niet persoonlijk was bedoeld. Enige lucht kwam er tijdens de theepauze 's middags: daar was iedereen minder formeel en werd er ook wel gelachen. Het ijs brak toen ik, op hun verzoek, een Europees gerecht had klaargemaakt dat ze lekker vonden. Toen ik daar wegging sprong ik een gat in de lucht, maar ik had de ervaring niet willen missen.

Kun je in Japan misschien nog van een zenklooster spreken, voor Amerika gaat dat zeker niet op. Eigenlijk wordt daar ook alleen van zencentra gesproken. En die zijn er in vele smaken, variërend van een cursuscentrum zoals het onze, tot een centrum waar zenstudenten intern wonen, tot een woongemeenschap waar mensen individueel wonen en daarnaast gemeenschappelijk een zengemeenschap vormen. In die centra heb ik deelgenomen aan het dagprogramma, dat in grote lijnen bestond uit werken om het centrum draaiende te houden, naast een aantal zitperiodes. Het verblijf in die centra was prettig omdat het structuur bood, een manier was om in mijn onderhoud te voorzien en me inzicht gaf hoe verschillend de boeddhistische praktijk kan worden vormgegeven. Op het gebied van zazen boden deze centra weinig nieuws.

Heb ik het nu gezien met zenkloosters/zencentra? Nee, en wel om twee redenen. Ik merk dat lang en veel zitten een eigen dynamiek heeft, die alleen maar te ervaren is door lang en veel te zitten. Daar wil ik graag nog meer van ervaren – maar ja, die tijd hè. Daarnaast hoorde ik dat er in verschillende centra plannen zijn om op afgelegen plaatsen, ver van de bewoonde wereld voorzieningen te scheppen om daar stilteretraites van enige weken te houden met minimaal comfort. Daar zou ik graag eens aan deelnemen. En misschien komt dat nog wel het dichtst bij mijn beeld van een klooster: stil, eenzaam en met elkaar mediteren/contempleren. Voor mij blijft dit een aantrekkelijk beeld, al weet ik ook dat ik dit niet langer dan een paar maanden achter elkaar zou willen doen – leven omvat voor mij meer dan in stilte mediteren.



Door **Henk van der Geest**



tekening Sophie Hendriks

Haiku en zen

Haiku heeft veel gemeen met de geest van het zenboeddhisme. Het zien van de werkelijkheid zonder tussenkomst van het persoonlijke, dat die werkelijkheid maar al te gauw kleurt en interpreteert, is bijvoorbeeld een karaktertrek van zowel het zenboeddhisme als de haiku. De dichter Basho heeft het in een haiku, hieronder afgedrukt, over het kijken naar de maan met zijn werkelijk gezicht. Vele haikudichters brachten enige tijd door in een zenklooster, zo ook Basho, die zich daarna nog twintig jaar aan de studie van zen wijdde. Zijn zenboeddhisme heeft veel invloed gehad op de ontwikkeling van de haiku.

Ik stond in de tempel
en keek naar de maan
met mijn werkelijk gezicht
Basho

Geur van chrysanten
bij oude boeddhabeelden
in Nara's tempel
Basho

Uit de Grote Poort
van de zentempel kwam ik –
een nacht vol sterren
Shiki

In de oude tempel
geuren fris de orchideeën
van dit ogenblik
Kyoshi



De Grote Boeddha
uit zijn ene neusgat komt
een zwaluw vliegen
Issa

Op de tempelklok
is een vlinder gevlogen
en ingeslapen
Buson

Uit de tempelpoort
komend, 't lied van de thee-oogst
– dit is Japan!
Kikusha

In 1994 was ik twee maanden in een zenklooster in Japan. Het verblijf daar inspireerde me tot het schrijven van enkele haiku's. We stonden om drie uur 's nachts op voor de twee eerste zitperioden van veertig minuten. Daarna was in de Boeddhahal de service (het soetrazingen):

In de ochtendschemer
het gezang van monniken
de eerste krekels

Bij bijzondere gelegenheden werd 's morgens na de *samu* (de dagelijkse schoonmaak) een theeceremonie gehouden, die vaak veel indruk op me maakte:

Theeceremonie
in de stralende morgen
alles is gebed

s'Avonds om negen uur was in Shogo-ji, de naam van het klooster, de dag ten einde. In een kwartier tijd was iedereen naar bed. En een grote rust daalde over het tempelcomplex:

Nacht over Shogo-ji
zacht maanlicht dekt alles toe
de vreugden, de pijn



Zentuin, Kyushu, Japan



De koan
Janwillem van de Wetering

Op verzoek van de redactie herlas Annemiek Deerenberg de zentrilogie van Janwillem van de Wetering over zijn kloosterjaren. Ze heeft geprobeerd antwoord te krijgen op de volgende vragen: waarom ging Janwillem van de Wetering in het klooster en waarom verliet hij het weer? Waarom ging hij later meedoen in een zengemeenschap en bleef hij zen beoefenen? En heeft dit alles hem gebracht wat hij zocht?

Door **Annemiek Deerenberg**

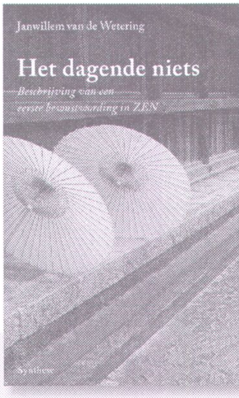
Komt een monnik bij de oude rinzai-zenmeester Goto Zuigan (1879-1965) abt van het Daitoku-ji klooster, en vraagt of Jan-san (zoals Janwillem van de Wetering in Japan werd genoemd) in zijn leven heeft gevonden wat hij zocht. Zegt de meester: 'Een jongen met een trommel in de zon'.

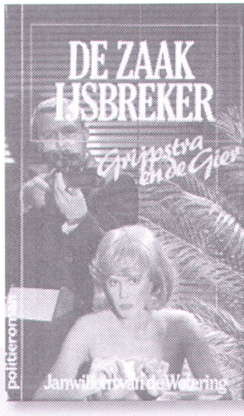
Dat is zo ongeveer de koan die oprijst bij het (her)lezen van de zentrilogie die Janwillem van de Wetering (1931-2008) heeft nagelaten. Janwillem stapte op 26-jarige leeftijd het zenklooster Daitoku-ji in Kyoto binnen. Hij had in zijn jonge jaren meegemaakt hoe tijdens de oorlog joodse vriendjes werden weggevoerd en had daaraan de angst overgehouden dat je zomaar door de machthebbers kon worden meegenomen. Toen hij naar Japan ging had hij een depressie en een zelfmoordpoging achter de rug. Van Goto Zuigan mocht hij diens leerling worden.

Waarom ging hij in het klooster?

Als student filosofie spraken de nihilisten Hume en Nietzsche, maar ook Meister Eckhart hem erg aan. Janwillem wilde in die periode zeker weten of het leven zin heeft. Of eigenlijk wilde hij vaststellen dat er geen (goddelijke) bedoeling aan het leven ten grondslag ligt, zoveel onrecht zag hij om zich heen. Een professor filosofie zei hem dat hij in de filosofie geen absolute waarheid zou vinden. Hij raadde hem een mystieke opleiding of een klooster aan en zei dat er nog levende meesters van 'de waardeloze weg' te vinden waren in het Oosten.







Van de Wetering schreef over zijn zenervaringen deze boeken:

De lege spiegel *Ervaringen in een Japans Zen klooster*, 1971
• Van de Wetering beleeft zesentwintig jaar oud zijn eerste anderhalf jaar in een zenklooster.

Het dagende niets *Beschrijving van een eerste bewustwording in ZEN*, 1974
• Van de Wetering pakt na tien jaar de draad weer op in een zengemeenschap in Amerika en verblijft daar enige tijd.

Zuivere leegte *Ervaringen van een respectloze zenleerling*, 2000
• Van de Wetering kijkt terug op de afgelopen veertig jaar zen en op andere spirituele ontmoetingen.

Voor Janwillem was een klooster een mysterieuze plek, een poort voor oprechte zoekers naar wijsheid. Hij zag zijn stap als een ontsnapping aan het gewone burgermansleven... een sprong in de afgrond.
In het klooster hoopte hij de zin van het leven te vinden en zocht hij verlichting als een soort boeddhavisioen. Hij wilde direct een oplossing voor het lijden, en zocht iets waarin hij zich volledig kon geven. Hij verwachtte dat zijn ego zou breken en dat hij alles zou moeten opgeven wat tot dan toe waarde had.
In een zenmeester meende hij een voorbeeld te kunnen vinden van een vrij en volmaakt onthecht mens.

Waarom ging hij het klooster uit?
Janwillem was van plan zo'n drie jaar in het klooster te blijven, maar hij vertrok na anderhalf jaar. Hij schrijft dat hij in die tijd slechts geleerd had dat je je best moet doen zonder op het resultaat te letten, maar dat dit voor hem nog steeds theorie was die hij niet in praktijk kon brengen. Hij ging weg omdat hij zich volkomen mislukt voelde.

Toch had hij de ontberingen van de dagelijkse gang van zaken in een Japans zenklooster goed doorstaan, hoewel ook geregeld een oogje werd toegeknepen als hij zichzelf van enige gemakken voorzag. Problematischer was wellicht dat hij als westerling een buitenbeentje was, die weinig aansluiting had bij de monniken. Hij werd uitgelachen en soms vernederd, vooral omdat besluiten van de meester, de hoofdmonnik en de gevorderde Amerikaanse zenleerling Peter hem niet werden uitgelegd.
Bij zijn vertrek had Janwillem nog steeds grote moeite met het onrecht in de wereld en 'het niets' stond hem tegen als een eenzame leegte.

Waarom ging hij terug in een zenleefgroep?
Peter (de gevorderde Amerikaanse zenleerling) zocht Van de Wetering tien jaar na zijn vertrek uit het klooster op. Peter bleek na de dood van Goto Zuigan zelf zenleraar te zijn geworden en Van de Wetering vroeg hem of hij zijn leerling kon worden. Hierop nodigde Peter hem uit naar zijn zenleefgroep in het noordoosten van Amerika te komen.
Van de Wetering schrijft dat hij in die tijd geen doel meer had met zen, geen drang meer om zijn levensvragen beantwoord te krijgen. Maar toen hij zijn eerste koan had opgelost – later gevolgd door meerdere koans – voelde hij weer waar hij naartoe moest: geen-zelf.

En waarom ging hij de zenleefgroep weer uit?
De ontberingen in de leefgemeenschap waren wellicht minder zwaar dan in het klooster, maar toch ook niet gering en Van de Wetering bedacht dat hij daar zo niet zou willen leven: onverzekerd en armoedig.

In de tien jaar na zijn verblijf in het zenklooster overkwam hem niets spiritueels, schrijft Van de Wetering. Hij was getrouwd en had een kind gekregen. Maar hij bleef mediteren en hield zijn koan levend. Ook zong hij dagelijks de hartsoetra bij een zelfgemaakt altaartje. De somberheid van voor zijn kloostertijd was over en hij had in deze jaren onverklaarbaar opgewekte buien, waarbij hij ervaarde dat niets van wezenlijk belang was.
Na de periode in de leefgemeenschap bleef Van de Wetering nog jarenlang een leerling van Peter en bezocht daartoe de sesshins in diens zencentrum. Hoewel er vele zaken waren die hem zeer tegenstonden in het centrum en de in seks en macht afglijdende Peter, bleef hij daar zen beoefenen.



Surrey, Maine in het noordoosten van Amerika

Heeft hij voldoende motivatie kunnen halen uit: 'Het zen-gedoe sterkt het karakter; een mislukte zen-geest kan tegen een stootje'?

Van de Wetering schrijft hoe hij de leegte langzamerhand als bevrijdend was gaan ervaren, maar dat hij toch nog altijd aan 'de grote twijfel' leed.

In de loop van zijn leven was hij nogal wat spirituele leraren uit allerlei richtingen tegengekomen en soms volgde hij ze een tijdje. Een Tibetaanse rinpoche wist met zijn woorden elektrische rillingen bij hem op te wekken. De rinpoche stierf aan teveel eten, drank etc. En zo leek het vele leraren op Van de Weterings pad te vergaan. Met relativering en cynische humor neemt hij afstand van die ervaringen.

Hij blikt terug op al die jaren vanuit zijn huis in Maine waar hij woonde met zijn vrouw en zijn hond, en schrijft dat hij er inmiddels aan twijfelde 'dat niets ertoe doet'. De onverschilligheid die dit meebracht beviel hem uiteindelijk niet. En zo sluit hij af met het inzicht dat uit leegte weer vorm ontstaat. Een optocht met kinderen, de zon die schijnt op een jongetje met een trommel...

Waarom liet zen hem niet los?

Ik weet het niet. De vage noties daarvoor glippen zo weer uit mijn handen. Van de Wetering bleef zijn eerste Japanse leraar Goto Zuigan altijd zien als een verheven figuur. Wellicht dat diens uitspraken hem in zijn leven steeds zijn bijgebleven, zoals:

- Leven heeft zin, verlichting is een grapje.
- Na anderhalf jaar in het klooster ben je een beetje wakker.
- Er wordt niets verbroken door je vertrek uit het klooster, want de hele wereld helpt mee om wakker te worden.
- Zorg dat je praktisch je leven voor elkaar hebt, genoeg geld, een gezin e.d. en laat verder alles los.
- Je moet niet proberen te bepalen hoe ver je bent met zen, maar gewoon blijven beoefenen.
- Waarom zou je zoeken naar het 'eigen wezen'? Om het dan in een lijstje te zetten?

Komt een monnik bij Goto Zuigan en vraagt of Jan-san in zijn leven heeft gevonden wat hij zocht.
Zegt de meester: 'Mu'.
Van de Wetering: mu (leegte) is een nul zonder randen.

Over all?

De humor in deze boeken maakt ze heel prettig om te lezen, hoewel er naar mijn gevoel ook veel droefenis en moeizaam leven achter schuilgaat. Je krijgt zeker een indruk van de gang van zaken in een zenklooster in de vijftiger jaren. Het is wellicht ook goed om (weer) gewaarschuwd te worden voor slechte leermeesters, hoewel je volgens Van de Wetering ook van hen kunt leren. De boeken geven een aardig beeld van de koanstudie met vele ups en downs. Nu en dan worden er – naar mijn smaak – door verschillende personages mooie en wijze uitspraken gedaan.

Bij het lezen zag ik Van de Wetering steeds voor me (zoals ik hem ooit in een documentaire zag) scharrelend rond zijn huis in de prachtige natuur van Maine. En ik hoorde hem in gedachten weer zeggen hoeveel zen hij in de personages van Grijpstra en De Gier had gestopt.

Wellicht is er meer zen – is dat niet levenskunst? – te halen uit politieromans dan uit een kloosterverblijf. Vooralsnog kies ik voor het eerste.

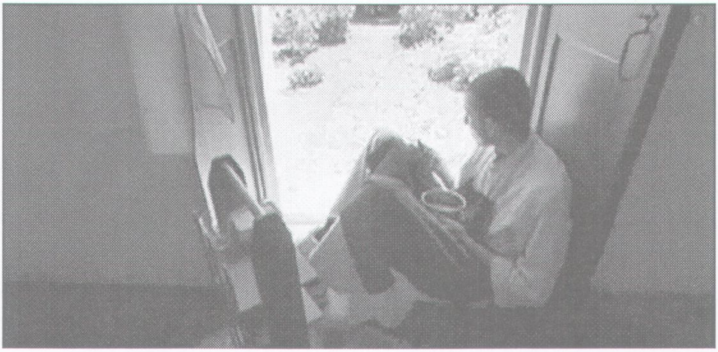


Doe-het-zelf-klooster

Enkele jaren geleden verhuisden Corrie Koppedraijer en Leo de Wolf van Amsterdam naar de Spaanse Pyreneeën om daar een zendo te beginnen. Ook al zijn er geen permanente bewoners en ook al volgen zij geen vaste leefregels, 'het is de intentie wat maakt dat je zelf een soort klooster bent', aldus Corrie.

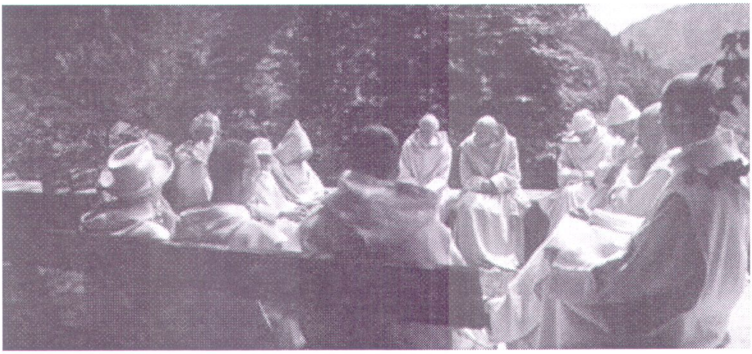
Door **Corrie Koppedraijer**

In de film *Into the great silence* is een shot te zien van een helderblauwe lucht waarin een vliegtuig overvliegt en witte strepen in de lucht trekt. Ik herinner me dat ik me op dat moment afvroeg of de monniken in het Kartuizerklooster, dat te boek staat als het klooster met de meest strenge voorschriften en leefregels, weet hadden van dat vliegtuig. Zouden ze zich realiseren dat het op weg was naar een oorlogsgebied of dat het terroristen overvloog naar een of andere streng bewaakte gevangenis of voetbalsupporters vervoerde?
Is het, met andere woorden, anno 2009 mogelijk om zich volledig terug te trekken uit de wereld, samen te wonen met broeders of zusters en zich uitsluitend te wijden aan de katholieke leer of – in ons geval – aan de Boeddha, de Dharma en Sangha?
Bij het beantwoorden van de vraag moet ik in de eerste plaats denken aan een boek dat ik eens gelezen heb van Issan Roshi, een opvolger van Baker Roshi.



Stills van *Into the great silence*

Issan Roshi leidde ergens in Amerika een zendo annex hospice voor AIDS-patiënten. De zendo kende bewoners die aan het sterven waren, verzorgers en bezoekers die één of meerdere malen per week de zendo bezochten. Voor mij hét voorbeeld van het project Kshanti dat ik samen met mijn partner in Spanje aan het ontwikkelen ben: een zendo met daaraan gekoppeld een rusthuis, gelegen in een beschermd natuurgebied, op een dag loopafstand van enkele kleine stadjes.
In strikte zin zijn alleen mijn partner en ik de vaste bewoners die dagelijks in de zendo zitten, de vier geloften uitspreken en drie volledige buigingen doen. Wisselend zijn er bezoekers die meezitten, waarmee we soms soetra's zingen en soms over onderwerpen praten die spiritueel te noemen zijn. Daarnaast worden leraren of aspirant-leraren uitgenodigd voor een sesshin of retraite. Zo komen deze zomer Michel Genko Dubois Sensei en Lida Kerssies Hoshi.
Waarom heb ik de ambitie en wellicht de arrogantie om Kshanti te vergelijken met het Kartuizerklooster uit bovengenoemde film?
Omdat ik volmondig kan zeggen dat ik mijn leven wijd aan de Boeddha, de Dharma en Sangha, ook al zit ik niet de hele dag of zelfs niet elke dag in de zendo.
Maar je schrijft toch boeken, hoor ik een vriend of kennis al zeggen? En je bezoekt toch je vrouwenkoortje, en het MS Centrum voor therapieën? Dat klopt, toch ben ik van mening dat ik mij volledig inzet voor de Boeddha, Dharma en Sangha, ook al leef ik niet in een leefgemeenschap met strikte opvattingen en leefregels. Want dat is ook maar een bepaald concept of sterker nog, het zijn ideeën bij dat concept want ik ben nog nooit in een klooster geweest, waarmee ik het klooster uit de film zeker niet wil bagatelliseren, in tegendeel.
De leefregels die ik nastreef zijn de voorschriften, 'doorgegeven' aan onze



leraren vanaf Shakyamuni Boeddha Daiosho tot en met Niko Sojun Tydeman. Het zijn voorschriften die individueel beoefend worden, omdat de weg een strikt persoonlijke weg is die wordt bewandeld. Mijn inzet is gebonden aan wat ik doe of laat.

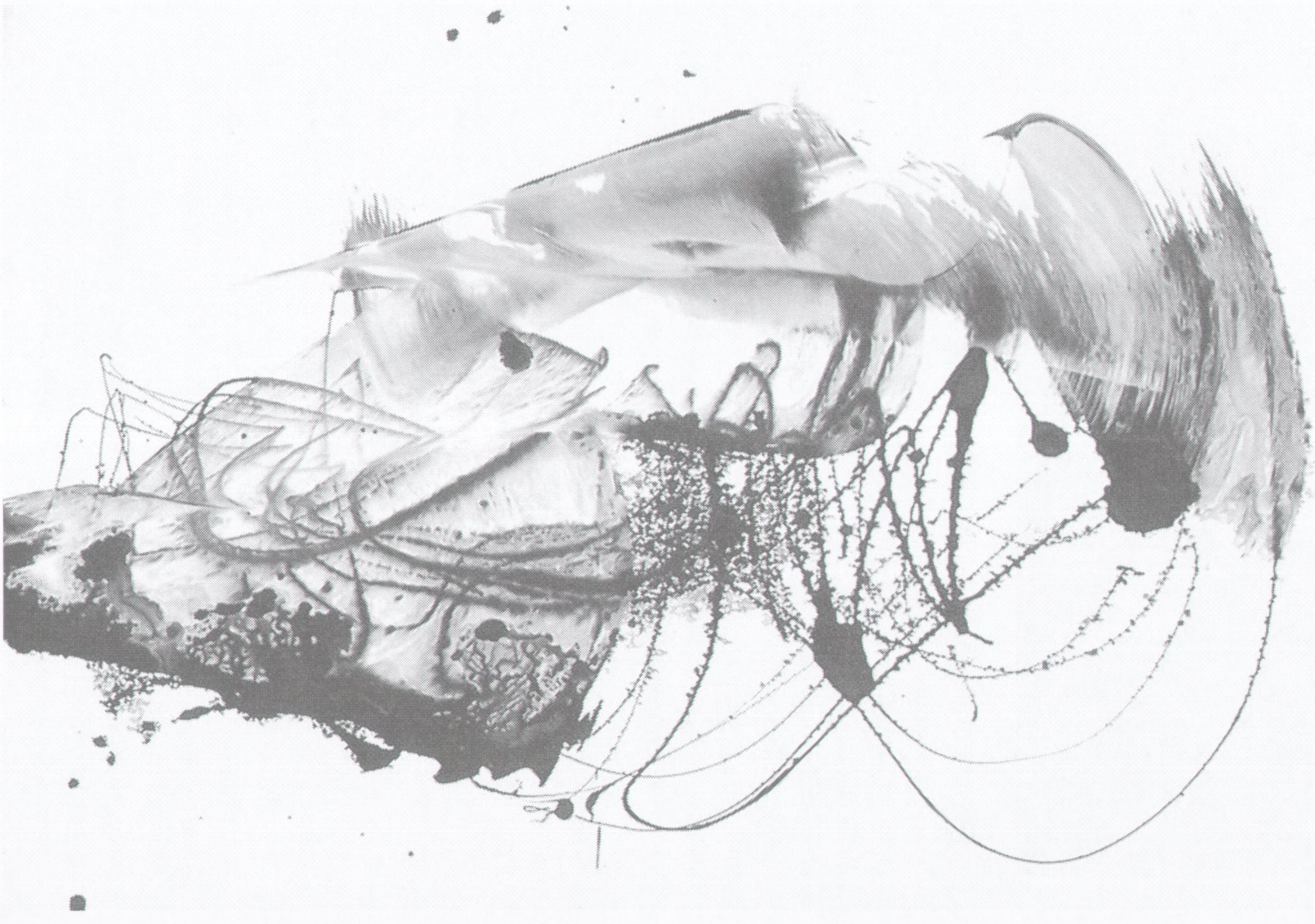
Maar kenmerkend voor een klooster is toch dat de bewoners teruggetrokken leven in het licht van het 'hogere'?

Ik denk dat de vorm niet essentieel is. Ik woon samen met één en soms vijftien anderen. Wat mij met die ene en met de wisselende contacten bindt is dat we ons streven en onze beoefening delen. Het gaat volgens mij vooral om de intentie, de gerichtheid van de geest wat maakt dat je zelf een soort klooster bent. En dat weten we van elkaar, dat maakt het bijzonder en vergelijkbaar met een spirituele leefgemeenschap.

Kshanti kent geen leraar, anders dan ikzelf of wijzelf. Er is geen dharmales, anders dan de les die me dagelijks gegeven wordt door de omgeving, de medebewoner(s), bezoekers, vrienden of vreemden.

Ik ben niet dichter bij het paradijs omdat ik iets anders of iets extra's doe. Ik bén het paradijs. Misschien zou een monnik uit de film dat niet zo zeggen, toch herinner ik me een uitspraak van één van de bewoners dat zijn streven is dichterbij God te komen.

Ik blijf mijn natje en droogje verzorgen, ook al is dat niet in de drukke samenleving die we de maatschappij noemen, maar in de mini-maatschappij die we hier vormen op het terrein, of wat groter gezien samen met de buren uit de omliggende dalen. Dagelijks vliegen er vliegtuigen over waarvan ik vermoed dat ze naar de Costa Brava gaan, naar oorlogsgebieden of naar een belangrijke voetbalwedstrijd. Verschilt mijn leven werkelijk van de monniken in de film *Into the great silence*?



Dan nog liever de lucht in!

'Moeeeeee' ademde de zenstudent uit. En in. En weer uit. 'Moeeeeeee'. Als ik steeds moe blijf zeggen val ik straks nog in slaap, dacht hij. En in. En weer uit. 'Moeeeeee'. Ik lijk wel een koeeee, kwam de volgende gedachte, terwijl hij weer inademde, en weer uit. 'Moeeee'. Ja als hij zich ook nog van alles ging zitten afvragen dan schoot het natuurlijk helemaal niet op ('Moeeeeee'). Zo zou hij nooit met zijn wenkbrauwen vast komen te zitten in die van een oude zenpatriarch ('Moeeeeee').

Onze zenstudent had gedacht dat het zou helpen, om een koan te hebben. Dan had je iets om over te praten tijdens daisan. En wie weet bracht het inzicht. Dat kon hij wel gebruiken. En dus had hij het ter sprake gebracht bij de leraar. Deze had het ook een goed idee gevonden. De zenstudent had de koan Mu gekregen. Tot zijn verbazing (want hij was nogal een scepticus) overkwamen hem vrijwel onmiddellijk wonderbaarlijke zaken. Zijn aandacht was ineens haarscherp en overal tegelijk. Hij was werkelijk Hier, en nergens anders! En zijn hara, daar gebeurde ook van alles! Het kriebelde er zachtjes, een zonderlinge ervaring op zich maar tevens voelde hij zich er zo krachtig door! 'Wauw!' glom hij zachtjes van vreugde, 'helemaal te gek!' En zonder dralen meldde hij zich voor daisan en gaf het antwoord, het maakte niet uit welk want hij wist toch wel dat het goed was.
De leraar had inderdaad zijn oplossing direct geaccepteerd. Geweldig, zijn eerste koan opgelost! 'One down, more to go!' SMS-te hij zijn vriendin, die ook erg blij voor hem was.

Een paar maanden later wisselde onze zenstudent van avond - en zo begon hij te werken met een andere leraar. Tijdens de eerste daisan vertelde hij over zijn antwoord op Mu. Overnieuw, zei deze leraar zonder omhaal, en voegde er nog wat cryptische vragen aan toe.
Sindsdien was de lol eraf, van Mu. De boel lag plat, de vaart was eruit. En dat terwijl onze zenstudent toch echt hard zijn best deed. Zo stond hij het uit te ademen in de rij voor de kassa, het fietsen door de stad, het wachten op de bus. Volhardend stond hij ermee op en ging hij ermee naar bed. Het was zelfs zo erg dat hij geregeld antwoordde met 'Moe' op een vraag die daar niets mee te maken had, zoals 'Hoe was je weekend', of 'Wil je me de melk even aangeven?'.
Het was of zijn geloof hem had verlaten.

Dat ging zo een poosje door. Weken, maanden, jaren liep de zenstudent rond met zijn koan. De seizoenen kwamen en gingen, de wind woei, de zon scheen, de zenstudent kreeg rimpels en grijs haar en zijn dochters gingen puberen. Vele uren

zat hij in de zendo, week na week, maand na maand, jaar na jaar. Cursus na cursus deed hij, tot hij alle ins en outs van de zen kende en genoemd werd als mogelijk opvolger van een van de leraren.
Twintig jaar later gold hij als een van de steunpilaren van de sangha: iemand die het allemaal gezien en beleefd had, als een rots zat en kalm en met humor het leven aanvaardde.

Maar nog steeds had hij de koan niet opgelost.

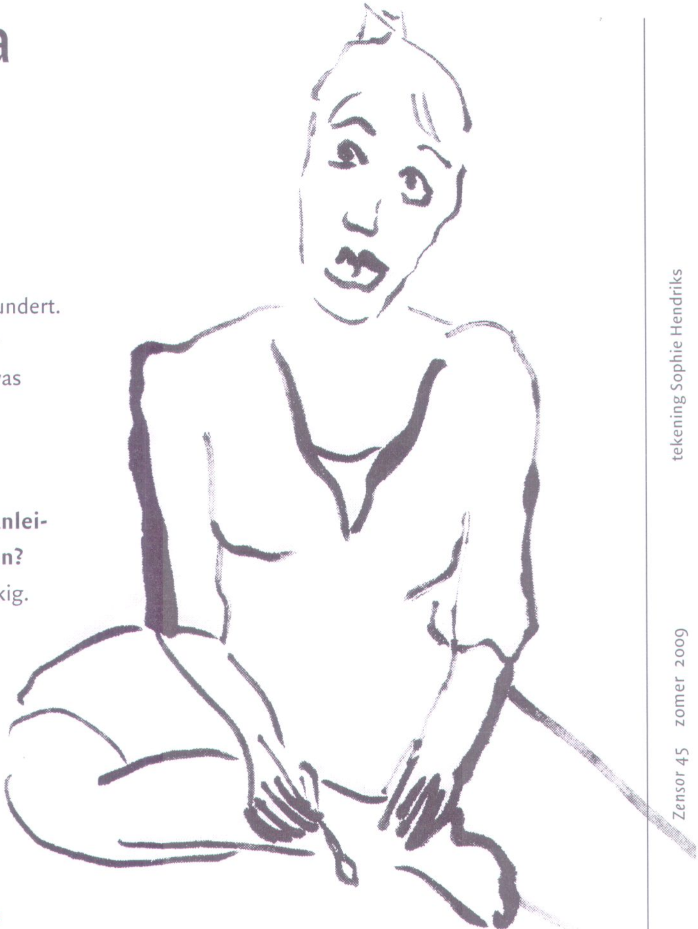
Op een avond, toen hij met een kopje koffie bij het raam zat, overdacht hij zijn situatie. Zen had hem veel gebracht. Het leven was fijner geworden, niet gemakkelijker maar wel leuker. Er viel meer te lachen. Hij zat niet meer zo vast. De zenstudent voelde meer liefde voor mensen in het algemeen en die om hem heen in het bijzonder, ja zelfs voor zichzelf. Wie had dat ooit gedacht!
Maar toch.
Die morgen had hij een vogel horen zingen achterin de tuin. Het was een stralende lentemorgen, fris en zonnig, en de merel zong met heel zijn ziel en zaligheid. Hij had ernaar staan luisteren in de keuken, met een kop koffie in zijn hand. Het was allemaal mooi en prachtig, maar hij miste iets. Hij voelde een verlangen om de vogel te horen en alleen maar dat, om eindelijk zelf eens weg te vallen en te voelen hoe de onmetelijke ruimte zich uitstrekte om hem heen en hij werkelijk, tot in zijn botten, zijn vezels en zijn adem, verbonden was met alle andere wezens. Dat hij zelf, zijn ego, eens ophield – niet alleen ophield met to-do-lists en andere praktische regelarijen – nee, dat het wegviel, dat hij zelf wegviel, en dat hij eindelijk zou snappen waar het allemaal om draaide, waarom hij leefde en op aarde was en wat hem te doen stond.
Dan zou hij tevreden zijn, dacht hij.

Maar hoe dat voor elkaar te krijgen? Want hoe gelukkig hij ook was, hoe licht zijn leven tegenwoordig ook voelde – zelden kon hij zich helemaal overgeven tijdens het zitten. Er was altijd wel iets om aan te denken, hij had gewoon een druk bestaan. Net als veel van zijn zengenoten had hij vaak gedacht om het klooster in te gaan. Hij had het dan meestal als onzin terzijde geschoven: in een klooster werd je niet heilig, mensen bleven mensen, zen ging toch over het leven en dat was ook hier. Maar nu met die vogel vanmorgen, dacht hij toch ineens – misschien moest hij het toch maar gewoon doen.

De zenstudent dronk een slokje van zijn koffie, keek uit over de gracht en moest aan Van Speijk denken. Straks in het bejaardentehuis en dan nog niet het klooster in geweest? 'Dan nog liever de lucht in!' Het leek hem een mooi motto.

De Sangha

Naam **Sophie Hendriks**
Zenpraktijk sinds **2000,**
een jaar of tien.
Ik begon bij Jef Boeckmans in Zundert. Stil ademen!', bulderde hij door de zendo en warempel daarna was het stil.



tekening Sophie Hendriks

Wat was voor jou destijds aanleiding om aan zen te gaan doen?
Ik was nieuwsgierig en ongelukkig.

Waarmee vermaak je je op het kussen?
Ik maak plannen, fantaseer, voer gesprekken, recht mijn rug en tel. Ik let ook erg op wat de anderen doen.
De heer die zijn voet niet optilt bij de langzame kinhin en bij de snelle ineens wel.
En of de dame wel weet dat ze daisan heeft.

Waar spoort zen je toe aan?
Tot schuldgevoel als ik vlees eet.
Van de rest ben ik mij niet bewust.

Wat leidt je af van je zenbeoefening?
Moeheid en hectiek. Mijn zenbeoefening vaart wel bij een eenvoudig en gestructureerd leven.

Welk boeddhistisch woord spreekt je het meest aan?
In verbondenheid met allen.

Wat is voor jou de grootste valstrik in zen?
Een valstrik voor mij is om mijn beoefening te bagataliseren: 'Ik ben het maar' of 'Het schiet niet op bij mij'. Ik realiseer me dat dat een houding is en corrigeer mijzelf nu als ik dat soort gedachten herken.

Mededelingen

In het nieuwe seizoen gaat de zendo van start met maar liefst vier vaste zitavonden:

- Dinsdag vanaf 1 september o.l.v. **Niko Tydeman** (voor deze avond zijn geen nieuwe aanmeldingen mogelijk)
- Woensdag vanaf 2 september o.l.v. **Lida Kerssies**
- Donderdag vanaf 3 september o.l.v. **Meindert van den Heuvel**
- Maandag vanaf 7 september o.l.v. **André van der Braak**

Alle avonden beginnen om 20.00 uur. Kosten €33 per maand. De eerste keer kennismaken is gratis.

Introductie na de zomer

Op zondag 6 september is er een introductiemiddag, van 13.00 tot 16.00 uur. Toegang €10. Een middag om kennis te maken met de docenten van het zencentrum en met de praktijk van zenmeditatie. Zegt het voort!

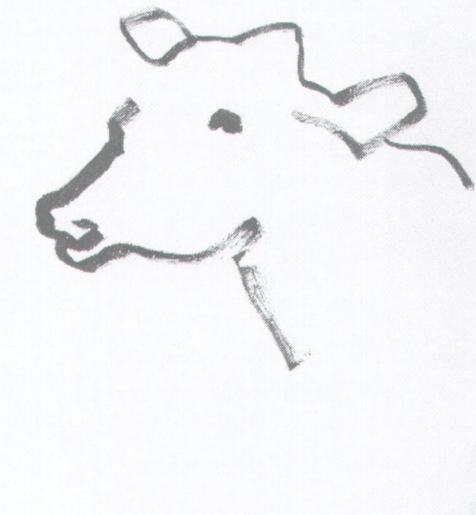
Zen-weekenden

26/27 sept: Zazen en het lichaam o.l.v. Niko Tydeman en Cornelia Wierenga. Za 15–21 uur en zo 10–17 uur, €65 voor het hele weekend, inclusief maaltijden (deelname alleen voor het gehele weekend)

Zensor

Wie de Zensor nu los koopt maar hem liever thuis gestuurd wil krijgen, heeft nu de mogelijkheid een abonnement te nemen. Als je voor 1 september €10 overmaakt op giro 9551864 t.n.v. Zensor, krijg je vier nummers toegestuurd. Vergeet niet je adres te vermelden.

Het thema van de volgende Zensor is: **zenboeken**. Wat is je favoriete (zen)boek en waarom?
Stuur je bijdrage voor 1 september naar avdbraak@xs4all.nl.



Koe op Ameland, getekend door Sophie hendriks tijdens de Maha-Sangha Sesshin



Zensor 45 zomer 2009

Zensor... is
het mededelingenblad van het Kanzeon Zencentrum Amsterdam en een open forum voor alle leden van de Sangha.

Redaktie
André van der Braak
Gertjan Mulder
Jacqueline Oskamp
Gita Sonnenberg
Beeldredaktie & opmaak
Marjan Gerritse
Medewerkers
Henk van der Geest
Marjolein de Vink
Sophie Hendriks

Redaktieadres
André van der Braak
e avdbraak@xs4all.nl
Jacqueline Oskamp
e j.oskamp1@chello.nl
t 020–6712 415

Kopij
mailen naar André of Jacqueline of via de Zendo.

Zensor... 4 nummers per jaar van zomer t/m voorjaar.

Zensor maakt deel uit van het groot- en klein abonnement

De Zensor komt in de zendo te liggen en alle abonnement-houders kunnen hun exemplaar *met hun eigen naam erop* **meenemen.**

De Zensor zal ook nog steeds los te koop zijn voor € 3 per nummer.

Lotusvijver
Ieplaan 21
2565 LC Den Haag

